



DVD光盘立体教学

素材文件+效果文件+视频教学文件

人像篇

摄影师是这样修片的

创锐设计 编著

4

款强大的后期软件

Photoshop + Lightroom + 光影魔术手 + HDR好照片

34

项详细的处理技法

工具+命令+滤镜+通道+曲线+蒙版+色彩
+白平衡+对比度+曝光度

58

个实用的修饰案例

眼睛+睫毛+眉毛+鼻子+嘴+牙齿
+脸型+皮肤+体型
+光影+色调+环境+风格



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



人像篇

摄影师是这样修片的

创锐设计 编著

人民邮电出版社

图书在版编目(CIP)数据

摄影师是这样修片的. 人像篇 / 创锐设计编著. —
北京: 人民邮电出版社, 2015. 1
ISBN 978-7-115-36903-1

I. ①摄… II. ①创… III. ①数字照相机—图像处理
IV. ①TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第217783号

内 容 提 要

人像摄影是日常拍摄中最常见的摄影题材之一, 本书汇集众多摄影师经验结晶, 采用“技法讲解+案例实战”的形式, 全面细致地介绍了人像照片后期处理的各项技巧。全书内容丰富, 分为8个主要的章节, 包括人像五官的精细修饰, 精致完美的皮肤处理, 人像身材与造型的修饰, 人像与光影的视觉盛宴, 人像与色调的完美融合, 人像与环境的整体表现, 人像照片的个性化处理及人像照片处理全流程案例等内容。

书中不仅详细介绍了数码后期处理最常用的Photoshop, 还对摄影师会用到的其他数码照片处理软件, 如件光影魔术手、Lightroom、HDR好照片等, 进行了介绍, 使读者在学会数码照片处理技巧的同时, 也对各类图像处理软件有所掌握。通过对本书的学习, 读者将会掌握人像照片处理的技术要点, 了解摄影师是如何获得完美摄影作品的。此外, 为了方便读者随时调用和学习, 本书还在配套的DVD光盘中收录了书中所有实例的素材和效果文件, 并提供了大量的摄影后期视频教学文件。

本书采用精致的彩页印刷, 页面设计简洁、清爽, 对人像照片的后期处理进行了全面的、由浅入深的讲解, 十分适合有一定基础的数码摄影爱好者、照片处理人员和摄影师阅读, 同时也可以作为影楼后期处理技术人员的参考书。

◆ 编 著 创锐设计

责任编辑 张 贞

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷

◆ 开本: 787×1092 1/20

印张: 12.4

2015年1月第1版

字数: 443千字

2015年1月北京第1次印刷

定价: 59.00元(附光盘)

读者服务热线: (010)81055296 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号

第0章 必备基础知识

0.1 摄影师心目中完美人像照片的必备要素	10
0.2 在拍摄时为后期处理留下余地	12
0.3 后期处理常用软件	14

第1章 人像五官的精细修饰

1.1 常见用法	21
1.1.1 随意调整人物表情——向前变形工具	21
1.1.2 添加清新的妆容——画笔工具	21
1.1.3 对特定区域的缩放调整——套索工具和 缩放变换	22
1.1.4 去除人物红眼——红眼工具	23
1.2 典型案例	24
1.2.1 修整眉形	24
1.2.2 为美女添加睫毛	26
1.2.3 打造闪亮有神的大眼睛	29
1.2.4 巧用阴影让鼻子更加挺拔	32
1.2.5 打造樱桃小口	34
1.2.6 美白牙齿展现迷人笑容	36
1.2.7 打造完美小脸	38

第2章 精致完美的皮肤处理

2.1 常见用法	41
2.1.1 修复面部瑕疵和污点——污点修复画笔工具	41
2.1.2 快速调整画面中大片瑕疵——通道抠取皮肤区域	42
2.1.3 制作柔和肌肤——模糊工具和模糊滤镜	43
2.1.4 设置图像的亮度——色阶与曲线	44
2.2 典型案例	45



2.2.1	消除黑眼圈和眼袋	45
2.2.2	修复皮肤上明显斑点瑕疵	47
2.2.3	还原宝宝娇嫩肌肤	50
2.2.4	打造脸部清透皮肤	53
2.2.5	简单三步美白皮肤	56
2.2.6	专业磨皮使皮肤细腻光滑	58
2.2.7	打造迷人健康肤色	61

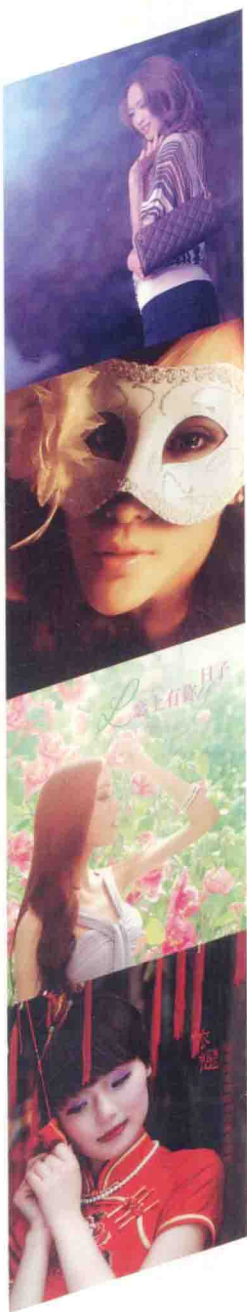
第3章 人像身材与造型的修饰

3.1	常见用法	65
3.1.1	编辑变形网格进行局部变形——变形命令	65
3.1.2	图像的收拢和膨胀液化变形——褶皱工具 和膨胀工具	66
3.1.3	不规则选区的创建——魔棒工具、 快速选择工具	67
3.1.4	根据颜色选取图像——色彩范围命令	68
3.2	典型案例	69
3.2.1	消除手臂上的赘肉	69
3.2.2	打造纤细美腿	73
3.2.3	让胸部更加丰满挺拔	77
3.2.4	打造S形的身材曲线	80
3.2.5	为衣服添加个性化图案	83
3.2.6	快速变换人物发色	86
3.2.7	给人物添加精致饰品	88

第4章 人像与光影的视觉盛宴

4.1	常见用法	92
4.1.1	调整照片的曝光度——曝光度	92
4.1.2	调整照片的明暗度——亮度/对比度	92





4.1.3	控制照片的影调——阴影/高光.....	93
4.1.4	模拟各种光晕效果——镜头光晕滤镜.....	94
4.2	典型案例	95
4.2.1	去除人像照片中的光斑.....	95
4.2.2	为逆光人像补光.....	97
4.2.3	修正曝光过度的人像照片.....	100
4.2.4	让曝光不足的人像变得清晰明亮.....	103
4.2.5	改变光照方向打造特殊影调效果.....	105
4.2.6	在照片中添加光影效果.....	108
4.2.7	打造富有动感光影的人像照片.....	110

第5章 人像与色调的完美融合

5.1	常见用法	115
5.1.1	自动调整颜色——白平衡工具.....	115
5.1.2	提高图像的饱和度——自然饱和度.....	116
5.1.3	控制照片各色调区域颜色——色彩平衡.....	116
5.1.4	调整照片中选择的颜色——可选颜色.....	117
5.1.5	通过颜色通道设置照片颜色——通道混合器.....	117
5.1.6	调整照片的色温——照片滤镜.....	118
5.1.7	更改颜色和饱和度——色相/饱和度.....	118
5.1.8	黑白色的表现——黑白、去色.....	119
5.2	典型案例	120
5.2.1	快速调整偏色的照片.....	120
5.2.2	修复色彩失衡的照片.....	122
5.2.3	恢复照片的艳丽色彩.....	124
5.2.4	纯美优雅的蓝色调.....	126
5.2.5	柔和的中性色风格.....	128
5.2.6	调出复古单色调.....	130
5.2.7	夕阳下的温暖橙色调.....	132
5.2.8	打造经典的黑白艺术照片.....	135
5.2.9	高清写意的金黄色人像.....	137

5.2.10 个性双色调	139
5.2.11 柔美日韩粉色调	141
5.2.12 淡冷蜜糖色	144

第6章 人像与环境的整体性表现

6.1 常见用法 148

6.1.1 扩大或减少照片范围——画布大小	148
6.1.2 裁剪画面中多余的部分——裁剪工具	149
6.1.3 校正照片的透视角度——镜头校正滤镜	149
6.1.4 使用背景橡皮擦快速抠图	150
6.1.5 路径抠图——钢笔工具	150
6.1.6 快速蒙版抠图法	151

6.2 典型案例 152

6.2.1 移除照片中多余的人物	152
6.2.2 自由裁剪获得完美人像效果	154
6.2.3 模糊背景使主体人像更突出	156
6.2.4 巧用镜面效果打造唯美人像照片	159
6.2.5 合成晴朗天空下的美丽人像	162
6.2.6 合成花海中的美丽身影	165
6.2.7 更改背景颜色打造梦幻人像	168

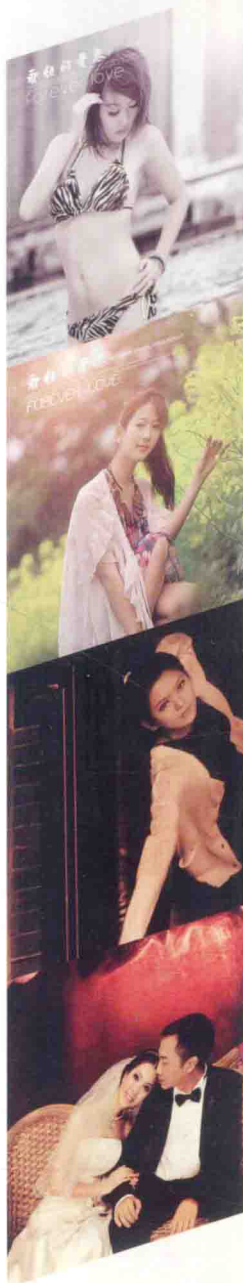
第7章 人像照片的个性化处理

7.1 常用技法 174

7.1.1 应用滤镜库	174
7.1.2 其他滤镜的应用	175
7.1.3 添加预设图形——自定形状工具	176
7.1.4 文字的使用——文字工具	177

7.2 典型案例 178

7.2.1 转换照片为手绘素描效果	178
7.2.2 打造唯美的油画效果	182
7.2.3 模拟逼真的老照片效果	186





7.2.4	黑白淡彩人像效果	189
7.2.5	将照片制作成网络签名照	192
7.2.6	插画效果	197
7.2.7	优雅水墨风	202

第8章 人像照片处理实战练习

8.1	性感美女	207
8.2	清新少女	214
8.3	婚纱情侣	224
8.4	艺术写真	235
8.5	活泼儿童	243



人像篇

摄影师是这样修片的

创锐设计 编著

人民邮电出版社

人像摄影是日常摄影中最常见的摄影题材之一，它与风景摄影不同，需要摄影师将拍摄时的感受从照片中准确地传达出来，因此需要拍摄者具备相当的能力。摄影师首先要营造出合适的拍摄氛围，懂得随时捕捉到精彩的瞬间，使拍摄出的照片能够具有独到的创新性，而对于一幅完美的人像摄影作品而言，仅仅有良好的照片源是远远不够的，同时还需要摄影师具有高超的图像处理技术，通过后期对照片进行修饰，将拍摄的人像照片处理成漂亮且具有艺术感的图像。本书主要从摄影师的角度出发，引导读者学习人像照片后期处理，弥补拍摄的不足，达到增强照片效果、美化照片的目的。

本书以Photoshop CS6作为数码照片后期处理平台，以深入浅出、通俗易懂的文字讲解了摄影师是如何对照片进行后期处理的。全书内容丰富，从学习人像照片处理前的准备工作入手，将主要内容分为8个章节，包括人像五官的精细修饰、精致完美的皮肤处理、人像身材与造型的修饰、人像与光影的视觉盛宴、人像与色调的完美融合、人像与环境的整体表现、人像照片的个性化处理以及人像照片处理全流程案例，使读者从学习中轻松地掌握人像照片后期处理的秘笈，快速变身为人像照片处理达人。

本书采用了较为自由、灵活的图文编排方式，通过精选的实例对人像照片处理中常见的修复与修饰方法进行全面、深入的讲解。在例子的选择上都是选用实用的且具有代表性的例子，使读者通过学习，能够将书中所讲内容应用到实际的照片处理中。

书中穿插了大量的技巧提示，将操作中经常遇到的关于Photoshop软件的相关知识要点提炼出来，使读者能更深入地掌握Photoshop软件知识以及后期处理技术，帮助我们解决日常所遇到的人像处理问题，同时，本书除了介绍常用的图像处理软件——Photoshop CS6外，还对摄影师常用的数码照片处理软件，如光影魔术手、



Lightroom、HDR好照片等，进行简单的介绍，使读者掌握更多的数码照片处理软件的使用方法。

此外，随书配送的DVD光盘内容丰富，具有极高的参考价值。收录了书中所有实例的素材图像、PSD格式源文件，方便读者查找和学习。本书是摄影师从自身角度出发所编写的书籍，适合有一定基础的Photoshop爱好者、图片处理人员、摄影师以及从事影楼后期处理工作的人员使用和阅读。无论是职业摄影师还是业余爱好者，都能从本书中学到人像照片处理的精髓。

尽管作者在编写过程中力求准确、完善，但由于作者水平有限，书中疏漏和不足之处在所难免，恳请广大读者能给予批评和指正。

编 者
2014年6月



第0章 必备基础知识

0.1 摄影师心目中完美人像照片的必备要素	10
0.2 在拍摄时为后期处理留下余地	12
0.3 后期处理常用软件	14

第1章 人像五官的精细修饰

1.1 常见用法	21
1.1.1 随意调整人物表情——向前变形工具	21
1.1.2 添加清新的妆容——画笔工具	21
1.1.3 对特定区域的缩放调整——套索工具和 缩放变换	22
1.1.4 去除人物红眼——红眼工具	23
1.2 典型案例	24
1.2.1 修整眉形	24
1.2.2 为美女添加睫毛	26
1.2.3 打造闪亮有神的大眼睛	29
1.2.4 巧用阴影让鼻子更加挺拔	32
1.2.5 打造樱桃小口	34
1.2.6 美白牙齿展现迷人笑容	36
1.2.7 打造完美小脸	38

第2章 精致完美的皮肤处理

2.1 常见用法	41
2.1.1 修复面部瑕疵和污点——污点修复画笔工具	41
2.1.2 快速调整画面中大片瑕疵——通道抠取皮肤区域	42
2.1.3 制作柔和肌肤——模糊工具和模糊滤镜	43
2.1.4 设置图像的亮度——色阶与曲线	44
2.2 典型案例	45



2.2.1	消除黑眼圈和眼袋	45
2.2.2	修复皮肤上明显斑点瑕疵	47
2.2.3	还原宝宝娇嫩肌肤	50
2.2.4	打造脸部清透皮肤	53
2.2.5	简单三步美白皮肤	56
2.2.6	专业磨皮使皮肤细腻光滑	58
2.2.7	打造迷人健康肤色	61

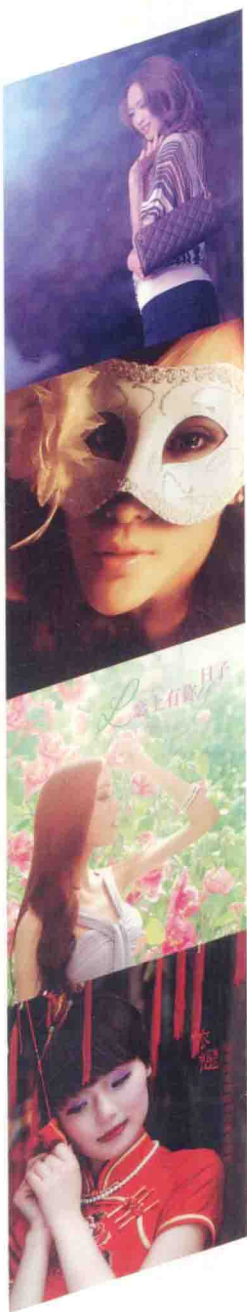
第3章 人像身材与造型的修饰

3.1	常见用法	65
3.1.1	编辑变形网格进行局部变形——变形命令	65
3.1.2	图像的收拢和膨胀液化变形——褶皱工具 和膨胀工具	66
3.1.3	不规则选区的创建——魔棒工具、 快速选择工具	67
3.1.4	根据颜色选取图像——色彩范围命令	68
3.2	典型案例	69
3.2.1	消除手臂上的赘肉	69
3.2.2	打造纤细美腿	73
3.2.3	让胸部更加丰满挺拔	77
3.2.4	打造S形的身材曲线	80
3.2.5	为衣服添加个性化图案	83
3.2.6	快速变换人物发色	86
3.2.7	给人物添加精致饰品	88

第4章 人像与光影的视觉盛宴

4.1	常见用法	92
4.1.1	调整照片的曝光度——曝光度	92
4.1.2	调整照片的明暗度——亮度/对比度	92





4.1.3	控制照片的影调——阴影/高光.....	93
4.1.4	模拟各种光晕效果——镜头光晕滤镜.....	94
4.2	典型案例	95
4.2.1	去除人像照片中的光斑.....	95
4.2.2	为逆光人像补光.....	97
4.2.3	修正曝光过度的人像照片.....	100
4.2.4	让曝光不足的人像变得清晰明亮.....	103
4.2.5	改变光照方向打造特殊影调效果.....	105
4.2.6	在照片中添加光影效果.....	108
4.2.7	打造富有动感光影的人像照片.....	110

第5章 人像与色调的完美融合

5.1	常见用法	115
5.1.1	自动调整颜色——白平衡工具.....	115
5.1.2	提高图像的饱和度——自然饱和度.....	116
5.1.3	控制照片各色调区域颜色——色彩平衡.....	116
5.1.4	调整照片中选择的颜色——可选颜色.....	117
5.1.5	通过颜色通道设置照片颜色——通道混合器.....	117
5.1.6	调整照片的色温——照片滤镜.....	118
5.1.7	更改颜色和饱和度——色相/饱和度.....	118
5.1.8	黑白色的表现——黑白、去色.....	119
5.2	典型案例	120
5.2.1	快速调整偏色的照片.....	120
5.2.2	修复色彩失衡的照片.....	122
5.2.3	恢复照片的艳丽色彩.....	124
5.2.4	纯美优雅的蓝色调.....	126
5.2.5	柔和的中性色风格.....	128
5.2.6	调出复古单色调.....	130
5.2.7	夕阳下的温暖橙色调.....	132
5.2.8	打造经典的黑白艺术照片.....	135
5.2.9	高清写意的金黄色人像.....	137

5.2.10 个性双色调	139
5.2.11 柔美日韩粉色调	141
5.2.12 淡冷蜜糖色	144

第6章 人像与环境整体性表现

6.1 常见用法 148

6.1.1 扩大或减少照片范围——画布大小	148
6.1.2 裁剪画面中多余的部分——裁剪工具	149
6.1.3 校正照片的透视角度——镜头校正滤镜	149
6.1.4 使用背景橡皮擦快速抠图	150
6.1.5 路径抠图——钢笔工具	150
6.1.6 快速蒙版抠图法	151

6.2 典型案例 152

6.2.1 移除照片中多余的人物	152
6.2.2 自由裁剪获得完美人像效果	154
6.2.3 模糊背景使主体人像更突出	156
6.2.4 巧用镜面效果打造唯美人像照片	159
6.2.5 合成晴朗天空下的美丽人像	162
6.2.6 合成花海中的美丽身影	165
6.2.7 更改背景颜色打造梦幻人像	168

第7章 人像照片的个性化处理

7.1 常用技法 174

7.1.1 应用滤镜库	174
7.1.2 其他滤镜的应用	175
7.1.3 添加预设图形——自定形状工具	176
7.1.4 文字的使用——文字工具	177

7.2 典型案例 178

7.2.1 转换照片为手绘素描效果	178
7.2.2 打造唯美的油画效果	182
7.2.3 模拟逼真的老照片效果	186





7.2.4	黑白淡彩人像效果	189
7.2.5	将照片制作成网络签名照	192
7.2.6	插画效果	197
7.2.7	优雅水墨风	202

第8章 人像照片处理实战练习

8.1	性感美女	207
8.2	清新少女	214
8.3	婚纱情侣	224
8.4	艺术写真	235
8.5	活泼儿童	243



第0章

必备基础知识